

Gefüllte Paprikaschoten

Geschrieben von: Administrator

Donnerstag, 12. Oktober 2006 um 09:26 - Aktualisiert Dienstag, 12. Oktober 2010 um 11:26

Gefüllte Paprikaschoten

Die Zutaten



4 Paprikaschoten



2 Paprikaschoten (für die Soße)



300g gemischtes Hackfleisch



2 Tassen gekochter Reis



1 Ei



2 Esslöffel Butter



2 Tassen Tomatensoße oder 3 Tomaten



1 Esslöffel Tomatenmark



Kartoffeln (Beilage)



Pfeffer, Salz

Die Zubereitung

Den Reis al dente kochen und abkühlen lassen. Die Paprikaschoten einzeln waschen und die Stiele, Böden und Kerngehäuse entfernen. Den etwas abgekühlten Reis mit dem Hackfleisch und einem Ei vermengen, mit Pfeffer und Salz würzen, alles gut durchkneten und die Paprikaschoten fest mit der Masse befüllen. Die Paprikaschoten in einen gebutterten hohen Topf auf die Fleischseite stellen und kurz auf großer Flamme anbraten. Dann mit ca. 1/4 Liter Wasser ablöschen, die Flamme auf Dünsten zurücknehmen und den Topf schließen.

Die Tomaten und die zwei weiteren Paprikaschoten in Streifen schneiden und in einen kleinen Topf geben. Das Tomatenmark und etwas Salz dazugeben und 15 Minuten dünsten. Am Ende die Tomatensoße dazugeben und kurz aufkochen lassen. Den gesamten Inhalt zu den

Gefüllte Paprikaschoten

Geschrieben von: Administrator

Donnerstag, 12. Oktober 2006 um 09:26 - Aktualisiert Dienstag, 12. Oktober 2010 um 11:26

fleischgefüllten Paprikaschoten geben und diese bei geschlossenem Topf ca. 20 min weiter dünsten. Die Paprikaschoten sollen das Fleisch noch fest umschließen.

Als Beilage passen Kartoffeln oder Reis. Sollte die Soße zu dünn werden, diese mit einer Mehlschwitze oder etwas Stärke eindicken.

Guten Appetit!
